

スポーツ選手のメンタルトレーニングの開発に関する研究

著者	石村 宇佐一
著者別表示	Ishimura Usaichi
雑誌名	平成10(1998)年度 科学研究費補助金 基盤研究(C) 研究成果報告書
巻	1997-1998
ページ	6p.
発行年	1999-02
URL	http://doi.org/10.24517/00057093

スポーツ選手のメンタルトレーニングの 開発に関する研究

研究課題番号：09680097

平成9～10年度 科学研究費補助金（基盤研究(C)(2)）

研究成果報告書

平成11年2月

著者 石村 宇佐一

（金沢大学教育学部教授）

金沢大学附属図書館



8000-73493-1

KAKEN
1998
10

目 次

はしがき	1
研究課題	2
研究組織	2
研究経費	2
研究発表	3
今後の展開	53
参考論文	55

はしがき

本研究報告は、平成9年～10年度文部省科学研究費補助金〔基盤研究(C)(2)〕「スポーツ選手のメンタルトレーニングの開発に関する研究」(課題番号 09680097)の研究報告書である。

スポーツの特殊場面における種類の生理現象を観察するスポーツも神経活動に影響を与えているに違いない。本研究は、スポーツにおけるメンタルトレーニングのプログラム開発とスポーツと情緒面の関係を客観量で見出そうとすることが目的である。

まず、世界のトップレベルを目標としている女子トランポリン選手を対象として、長期間の心理的スキルトレーニングのプログラムの効果を検討した。次に、スポーツ選手のメンタルトレーニングに新しい技法である脳波バイオフィードバックトレーニングを実施するとともに、より有効なメンタルトレーニング技法の開発に取り組んだ。

本冊子に収められた報告論文により、この目標が一定程度達成されたことは明らかであろう。しかしながら、競技の情緒面とその影響作用の研究は、我が国でも緒に就いたばかりで、まだ静的な状態にしか測定できないが、将来動的な状態で検討されよう。本文中でも指摘されているごとく残された課題も多い。今後も引き続き精力的に、これらの解明作業を継続して行く必要がある。

研 究 課 題

スポーツ選手のメンタルトレーニングの開発に関する研究

課題番号 09680097

研 究 組 織

研究代表者 石 村 宇 佐 一 （金沢大学教育学部）

研 究 経 費

平成 9 年度 4, 0 0 0 千円

平成 1 0 年度 2 0 0 千円

計 4, 2 0 0 千円

研 究 発 表

1) 学会誌等

- (1) 石村宇佐一、北橋義仁、古 章子：

『バスケットボール選手における心理的コンディショニングが成績に及ぼす影響』
金沢大学教育学部紀要 46号 49-57 1997.2

- (2) 石村宇佐一、古 章子

『トランポリン選手のメンタルトレーニングに関する縦断的研究』
— 世界選手権出場選手の事例 —
金沢大学教育学部紀要 47号 193-201 1998.2

- (3) 石村宇佐一、古 章子

『バスケットボール選手における心理的スキルトレーニングの効果』
金沢大学教育学部紀要 48号 95-102 1999.2

- (4) 石村宇佐一、

『人間の健康とスポーツの科学—松本憲尚教授退官記念論文集—
バスケットボール選手におけるシーズントレーニングが心理的コンディショニングに及ぼす影響』
松本憲尚教授退官記念会 77-82, 1999

2) 口頭発表

- (1) Ishimura Usaichi

『Influence of Psychological Conditioning on Team Performance in Basketball』
第7回韓日健康・体育教育シンポジウム 教育医学会 78-79 ソウル 1997.8.

- (2) 石村宇佐一

『バスケットボールにおけるルール改正がゲームの勝敗に及ぼす影響』
日本体育学会 第48回大会 新潟大学 484 1997.10

- (3) 古章子、石村宇佐一、野田政弘

『トランポリン選手のメンタルトレーニングに関する縦断的研究』
世界選手権出場選手の事例
日本スポーツ心理学会 日本大学 80-81 1997.11

- (4) Ishimura Usaichi, Narita Jujirou, Nakajima Ken

『Change of "sports coefficient" as viewed from family income and expenditure surveys』
3rd German-Japanese Symposium of Sport Sciences Essen 1998.7

(5) 石村宇佐一

『バスケットボールにおけるシーズントレーニングが心理的コンディショニングに及ぼす影響』

第46回日本教育医学会大会 和歌山大学 44 42-43、1998.8

(6) 石村宇佐一

『バスケットボールにおける心理的スキルトレーニングの効果』

日本体育学会 49回大会 愛媛大学 529 1998.10

(7) 古 章子、石村宇佐一、野田政弘

『トランポリン競技における Lost skill Syndrome に関する臨床的研究』

-自律性に問題がみられた事例-

スポーツ心理学会第25回記念大会 大津市 82-83 1998.11

3) 著書及び報告書

(1) 石村宇佐一

『スポーツ心理学教室にようこそ』連載(1回～25回)

北陸中日新聞社 1997.1～9

(2) 石村宇佐一

21世紀の体育科教育へ

『21世紀の体育・スポーツ教育と球技の価値』

中学校体育・スポーツ教育実践講座 257 1998.2

(3) 石村宇佐一

心身障害者の体育・スポーツ：

『肢体不自由児におけるツインバスケットボールの導入』

学校体育第51巻9号 76-79 日本体育社 1998.7.1

(4) 石村宇佐一、松崎広幸

『バスケットボール勝利へのステップ』

大修館書店(東京)総頁235頁、1998.7.15

(5) 石村宇佐一

『体育学習におけるメンタルタフネス』

中学校保体の研究 大日本図書 1998.9.10

(6) 石村宇佐一

日本スポーツ心理学会編：コーチングの心理Q&A

『コーチングのスタイルには、どのようなものがあるのでしょうか。』

不味堂出版 18-19、1998.11.15